Brustkrebs und Bewegung oder Was macht eigentlich … Susan Love? (Teil 2)

bcaction.de/brustkrebs-und-bewegungsusan-love-2

27. Juni 2008

(Last Updated On: 27. Juni 2008)
von Gudrun Kemper
Susan Love ist umgezogen, besser: Die Büros ihrer Dr. Susan Love Research Foundation sind nun in Santa Monica, so schreibt Love in ihrem Juni-Newsletter.

Bewegung I
Love wohnt in einem Ort mit dem malerischen Namen Pacific Palisades und will die 6 Meilen (knapp 10 km) für den einfachen Weg zur Arbeit jeden Tag mit dem Fahrrad zurücklegen. Davon verspricht sie sich ein gutes Kreislauftraining, einschließlich Herzgesundheit und Vitamin D durch die Sonneneinstrahlung, was das Risiko an Krebs zu erkranken senken soll. Außerdem lobt sie den Kalorienverbrauch nach der Menopause mit Blick auf die eigene Gewichtskontrolle. Sie fühlt sich gut beim Radfahren und sie fühlt sich wunderbar, weil sie so stolz auf sich ist, es zu tun.

Bewegung II
Love betont, dass sie – wissenschaftlich – daran arbeitet, Brustkrebs zu stoppen. Doch sie will auch alles tun, um einen gesunden Lebensstil zu vermitteln, damit Frauen möglichst die Krankheit gar nicht erst kriegen, bzw. dass die, die Krankheit haben, mit Bewegung etwas tun können, um ihr Rückfallrisiko zu reduzieren.

Bewegung III
Love verweist auch auf neu vorgelegte Studiendaten, die zeigen, dass bereits die Bewegung als Teenager und junge Frau im Alter zwischen 12 und 22 eine Rolle bei der Entwicklung von Brustkrebs spielt. In der neuen Ausgabe der Zeitschrift des National Cancer Institute vom 21. Mai 2008 wurde über die Zusammenhänge zwischen altersspezfischer körperlicher Bewegung und dem Auftreten von Brustkrebs vor der Menopause in dem Artikel “A Prospective Study of Age-Specific Physical Activity and Premenopausal Breast Cancer“ berichtet. Frauen, die mindestens 3,5 Stunden in der Woche gelaufen oder alternativ 13 Stunden die Woche spazieren gegangen waren, erkrankten in der 1997 gestarteten Nurses Health Studie nicht so häufig an Brustkrebs (136 anstelle von 196 Fällen von Brustkrebs pro 100.000 Personenjahre). Für die Gruppe

der jungen Frauen waren die Auswirkungen instensiver physischer Aktivität am deutlichsten. Love beschreibt allerdings auch auf die Einschränkungen dieser nachträglich erfragten Daten aus der Nurses Health Studie. Krankenschwestern haben nämlich sowieso einen Job mit mehr Bewegung und nachträglich erfragte Daten sind beispielsweise anders zu bewerten, als solche einer randomisierten kontrollierten Studie.

Zum Abstract der Studie:
http://jnci.oxfordjournals.org/cgi/content/abstract/100/10/728
[Der vollständige Artikel ist in einem Jahr frei verfügbar, doch PatientInnen können sich den Artikel bereits jetzt zusenden lassen, da die Zeitschrift „Patient Access“, also den Zugang für Patientinnen und Patienten, anbietet.]

We love Love!
Susan Love vergisst es nie, auf nicht medikamentöse Möglichkeiten in der Prävention hinzuweisen. Unsere weitreichende Mentalität des ungesunden Lebens betrifft nicht allein unser individuelles Verhalten, sondern die gesamte Situation unserer Lebensverhältnisse. Von der Medizin erwarten wir dann Heilung, wenn unser Leben bereits in akuter Lebensgefahr ist und mit Operationen, Strahlen und medikamentösen Stoffen wollen wir unsere Gesundheit zurück. Aber wir werden damit nicht gesunder, so einfach ist es nicht. Das ist eben auch eine der Botschaften in der umfassenden Arbeit von Dr. Susan Love, MD, zum Thema Brustkrebs …

Zum Weiterlesen:
Forschung im Milchgang oder Was macht eigentlich … Susan Love? *(pdf zum Download)*

Text hier im Blog:
http://bcag.twoday.net/stories/4176018/

Susan Love – Aktuelles Foto von Susan Love (60) bei einer Veranstaltung der NBCCF:
http://www.flickr.com/photos/stopbreastcancer/2446629658/